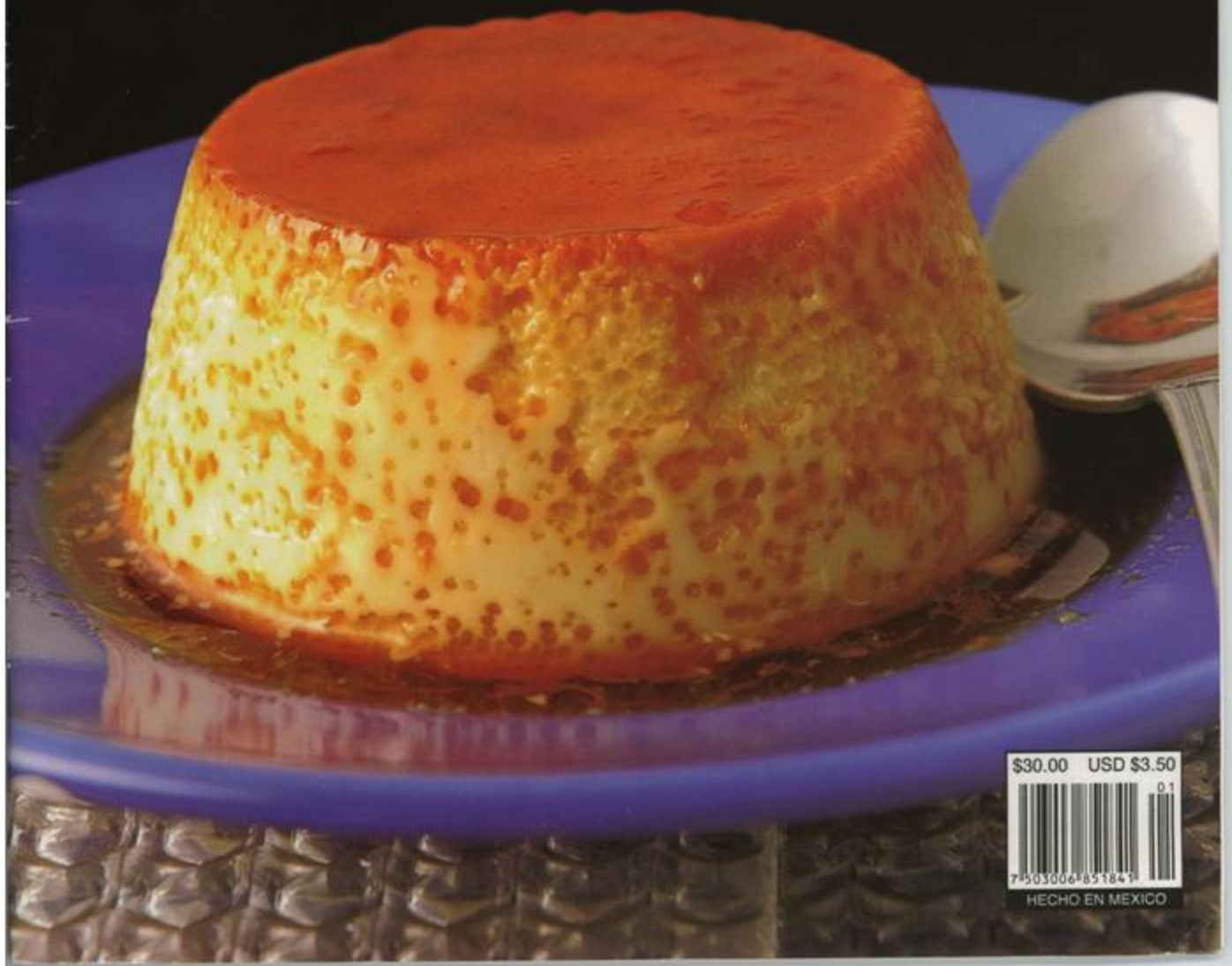
JM
EDITORIAL
No. 01

EDICIÓN DE LUJO

un toque de
sabor

Flanes

PASO A PASO



$30.00 USD $3.50

HECHO EN MEXICO

Utensilios básicos

Aunque no siempre se utilizan todos en la elaboración de cada receta, o incluso se pueden sustituir por otros similares, tómelos como referencia al momento de decidirse por alguna preparación.

Moldes

Dependiendo del tipo de flan es la clase de molde que se requiere. Los hay de diversos tamaños y capacidades, así como de diferentes materiales, algunos más económicos que otros

Batidora

Hay tres tipos: manual, semiindustrial e industrial; la primera es de uso común en las casas; la segunda, de mayor potencia, y la última, para grandes volúmenes.

Licuadora

Quizá el aparato presente en todas las recetas, ya que en la mayoría hay una mezcla de ingredientes. Manténgala limpia, lavando sus partes por separado.

"Colita"

Se trata de un recipiente hondo, con un pico que facilita el vaciado de líquidos a otro recipiente. Lo encuentra en tiendas de materiales para cocina.

Sartén

Las más recomendables son de acero inoxidable o aquellas recubiertas de teflón, lo que facilita su limpieza.

Palas movedoras

Existen de plástico y de madera, y otras que se conocen como "miserables". Procure marcarlas para evitar que se mezclen sabores salados con dulces.

Cuchillo mondador

La gran ventaja de este tipo de cuchillo es que su hoja no es tan rígida como la de los demás, lo que le da gran flexibilidad.

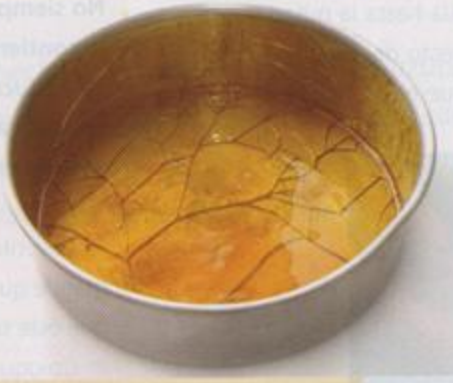
El caramelo

Uno de los secretos para un buen flan es el caramelo, el cual está hecho a base de azúcar que se calienta hasta fundirse y se deja cristalizar, para después utilizarse como base de la preparación.

Algo básico en la elaboración del caramelo es la cantidad de azúcar que utiliza para su preparación. Una cantidad mínima de éste sólo bañará ligeramente el flan, mientras que una excesiva acabaría por derramarse al momento de desmoldar el producto.

En algunas ocasiones, el mismo molde donde se va ha elaborar el flan es el recipiente donde se prepara el caramelo; en otras, se hace en uno profundo e inmediatamente se vierte al molde final.

El uso de un recipiente que no sea el molde le permitirá manipular mejor el caramelo y correr menos riesgo de quemarse, además de que lo podrá esparcir por todo el molde final, según el terminado que quiera darle.



Proceso

1. En un recipiente a fuego medio, añada el azúcar indicada en las recetas correspondientes y muévala suavemente con una pala; hágalo de manera constante para que se funda
2. Una vez que se ha fundido, apague el fuego y, en caso de haber elegido el mismo molde en el que hará el flan, trate de cubrirlo lo más posible con el azúcar. Si lo hizo en un recipiente externo, le será más fácil repartirlo
3. El molde estará listo cuando se cubra totalmente con el azúcar. De ser posible, ventílelo para que se enfríe más rápido (si lo desea, puede dejar el caramelo sólo en la parte inferior, así evitará moverlo)
4. Una vez que el caramelo se solidifique, se estrellará en el recipiente. No se preocupe, recuerde que cuando lo caliente a baño María, se volverá a fundir y entonces quedará completamente líquido

Advertencia

Algo que debe tener muy en mente cuando elabore caramelo es que para que el azúcar se funda es necesario que alcance una temperatura muy elevada, por lo que debe tener las precauciones debidas para evitar quemaduras al tomar el recipiente con las manos. Ayúdese de unos guantes para cocina

Trapos secos

No se le ocurra querer agarrar algo caliente con un trapo húmedo. El agua es conductora del calor y lo único que ocurrirá será que usted se queme. Siempre coja algo caliente con un guante o trapo secos

Las técnicas

Dos son las formas más comunes en las cuales se elabora un flan, por lo que aquí le proporcionamos ambas para hacerlo. Cada una tiene su ciencia, y al final usted puede adaptar cualquier receta a aquella técnica de su elección.

Baño María

Es el método preferido para cocer el flan. Se trata de una técnica en la cual vacía la preparación en un recipiente que va dentro de otro más grande, mismo que contiene agua hasta la mitad y que es el que recibe el calor directo del fuego; así, no hay riesgo de que el flan se queme.

Horneado

Algunas recetas indican que la cocción del flan debe realizarse en un horno convencional. El proceso es similar al baño María: el recipiente que contiene el flan se coloca dentro de otro más grande con agua hasta la mitad, pero el calor no llega sólo de abajo, sino también de alrededor.

El desmolde

No siempre es fácil sacar el flan del recipiente que lo contiene y ponerlo en un platón o charola, lo que se traduce en que, el tiempo invertido, se convierte en una catástrofe visual. He aquí cómo desmoldar y no morir en el intento:

1. Caliente agua en un recipiente ligeramente más grande que el molde en el cual hizo el flan; el calor hará que éste se desprenda con suavidad del mismo
2. Coloque encima el platón o charola donde va a presentarlo y, presionando ambos con las manos, gírelos hasta que el molde quede arriba
3. Cuando escuche que el flan cae en el platón, estará listo; de no ser así, repita los pasos o sacuda ligeramente el molde (sin soltar el platón) hasta que se oiga que cae

Importante

Este procedimiento aplica para cualquier tipo de molde, desde los de aluminio rígido o delgado, hasta los refractarios

Las recetas

"El flan es un postre hecho a base de huevo, leche y azúcar que, para pepararse, necesita forzosamente un molde con caramelo solidificado al fondo y cocinarse, horneado a baño María, para despues dejarse enfriar y desmoldarse antes de servir"

Ángela Rodríguez F.
Chef

Gelatinas para toda ocasión
Gelatinas en Tercera Dimensión
Gelatinas Básicas
Gelatinas Infantiles
Gelatinas Navideñas
Chocolates Artísticos
Pregunte por los cursos al:
5558-3788
Cel: 04455-1376-2075
Zona Oriente

Ingredientes

10 porciones

1 lata de leche condensada
400 mL de leche fresca
1 lata de leche evaporada
25 g de fécula de maíz
7 huevos
3 claras de huevo
10 mL de esencia de vainilla
200 g de azúcar, para el caramelo

Receta básica de flan

Elaboración

Prepare el caramelo con el azúcar y vierta al molde; reserve
Licue las leches y, sin dejar de batir, agregue los huevos y las claras
Añada la fécula y la esencia y siga licuando; entre más tiempo lo haga, el flan tendrá una apariencia más porosa al final
Vacíe la mezcla al molde, tape y hornee en baño María, a 180 °C durante 2 horas

Ingredientes

10 porciones

1 lata de leche condensada
1 lata de leche evaporada
8 huevos
190 g de queso crema
1 sobre de gelatina de piña
1/2 taza de agua muy caliente
200 g de azúcar, para el caramelo
1 molde circular de 1 L de capacidad
• Papel aluminio, el necesario

Flan de piña con queso

Elaboración

Prepare el caramelo y viértalo al molde, gírelo para que el dulce se esparza; deje enfriar
Licue el resto de los ingredientes y viértalos también al molde
Tape con el papel aluminio a que quede lo mejor cerrado posible
Colóquelo en una olla de presión a fuego medio, a baño María
Deje cocer durante 40 minutos; espere a que se enfríe
Desmolde y decore al gusto

Disfrute este rico y fácil postre

Ingredientes

10 porciones

1 L de leche
1 raja de canela
5 cdas. de fécula de maíz
1/2 taza de agua fría
250 g de azúcar
3 yemas de huevo
2 cdas. de esencia de vainilla
200 g de azúcar, para el caramelo
10 flaneras de aluminio

Flanes ecónomicos

Elaboración

Prepare el caramelo y viértalo a las flaneras; deje enfriar
Diluya la fécula de maíz en el agua; reserve
Hierva la leche con el azúcar y la canela
Añada la fécula de maíz y deje cocer a fuego bajo por 10 minutos
Agregue las yemas y mezcle por 5 minutos más; integre la vainilla
Vacíe la mezcla anterior a las flaneras
Refrigere mínimo por 3 horas; saque y desmolde

Ingredientes

6 a 8 porciones

1 k de manzanas, ralladas
1 lata de leche evaporada
1 lata de leche condensada
4 claras de huevo
4 yemas de huevo
1/2 cdita. de canela molida
1 cda. de esencia de vainilla
1 refractario para pay, de 1 L
• Horno precalentado a 180 °C

Flan de manzana

Elaboración

Bata las claras a punto de nieve; agregue las yemas
Incorpore las leches y la canela; deje de batir
Con un batidor de globo, mezcle suavemente
Incorpore las manzanas y la esencia; reserve
Prepare el caramelo y viértalo al refractario; deje enfriar
Vacie la mezcla en el refractario
Hornee durante 30 minutos o hasta que se dore

Sugerencia: *Si pela la manzana y no la ocupa de inmediato, evite que se oxide, colocándola en un recipiente con agua y unas gotas de limón*

Ingredientes

8 porciones

1 lata de leche condensada
1 sobre de flan instantáneo
2 cdas. de grenetina, hidratada en 1/4 de taza de agua
1 lata de duraznos en almíbar, cortados en rebanadas
1 pan esponja (de caja, instantáneo)
1 L de leche fresca
1 lata de media crema
8 moldes circulares para mousse, individuales

Falso imposible

Elaboración

En un recipiente a fuego medio, caliente ambas leches; añada la grenetina, seguida por el sobre de flan; reserve

Prepare el pan según las instrucciones del empaque; enseguida, en un tazón, desmorónelo con las manos

Agregue media taza del flan que reservó e incorpore la media crema; integre y añada 6 cucharadas de esta mezcla a cada molde

Coloque las rebanadas de durazno y vierta el flan restante; refrigere durante 2 horas

Deje que sus angelitos degusten estos ricos flanes

Ingredientes

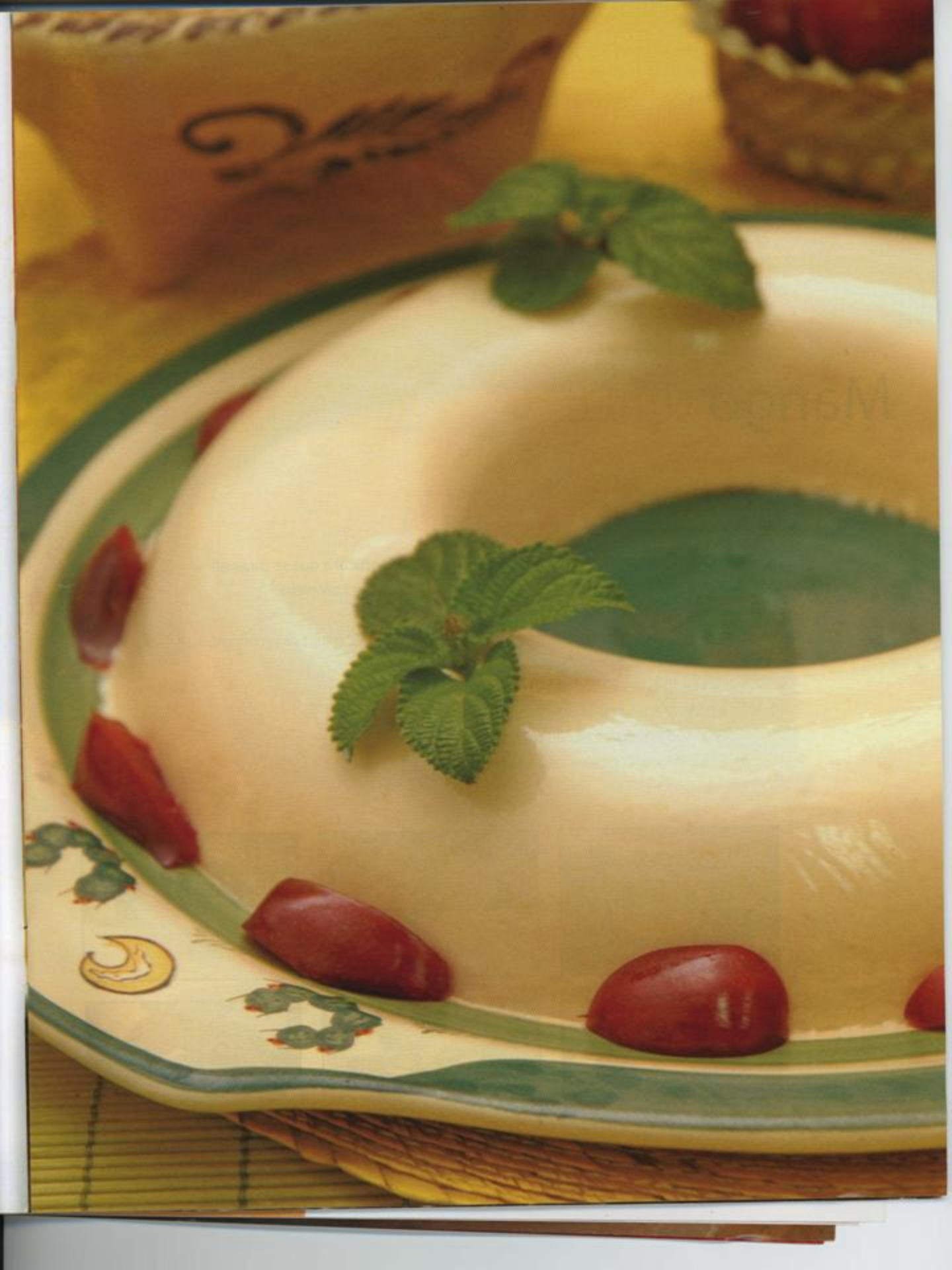
10 porciones

20 g de grenetina
1 taza de pulpa de ciruela
2 cdas. de grenetina
3/4 de taza de agua
3 yemas
1 taza de crema
1 taza de leche
280 g de azúcar
1 molde de aluminio con forma de rosca, de 20 cm de diámetro

Flan de crema con ciruelas

Elaboración

Hidrate la grenetina en el agua y métala en el microondas durante 2 minutos o hasta que se haya diluido
Licue el resto de los ingredientes
Agregue la grenetina y siga licuando hasta que se incorpore por completo
Vacíe al molde y refrigere durante 3 horas
Desmolde con agua caliente y decore con ciruelas y crema



Ingredientes

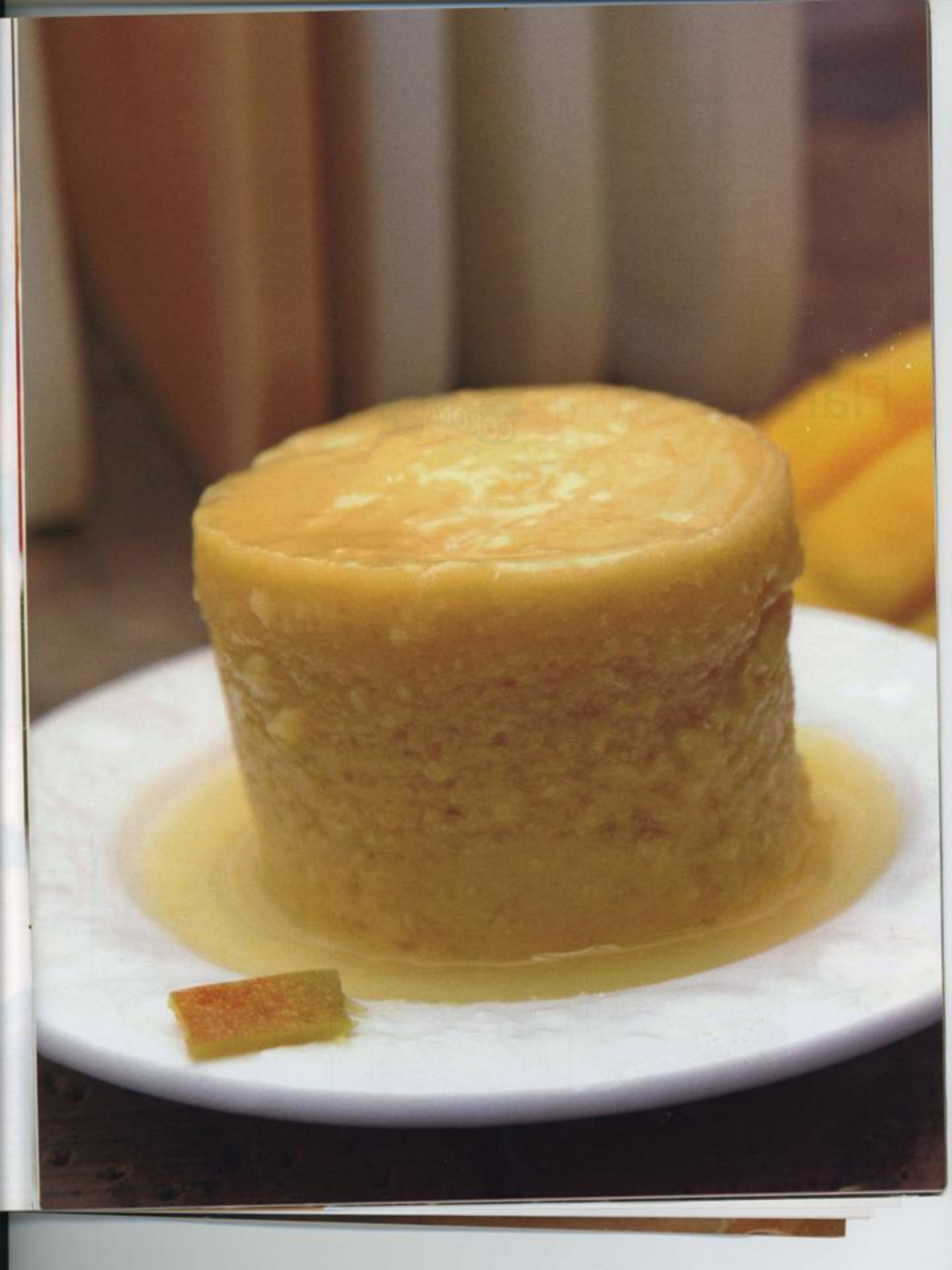
5 porciones

1 lata de leche condensada
5 huevos
125 g de azúcar
2 mangos manila, sin piel, cortados en cuadros
2 cditas. de esencia de vainilla
50 mL de brandy
1/2 taza de leche fresca
2 mangos, para decorar
5 cdas. de fécula de maíz, disueltas en un poco leche
5 latas de leche condensada, vacías, lavadas y secas
- Papel aluminio, el necesario
- Horno precalentado a 180 °C

Mango dulce

Elaboración

En un recipiente a fuego medio, caliente el brandy con el azúcar a que se caramelicen
Vierta a las latas y gírelas para que se cubran de caramelo por completo
Deje enfriar y reserve
Licue la leche condensada, los huevos, el mango y la fécula de maíz por un minuto
Añada la esencia y la leche entera
Vacíe a los recipientes y tape con el papel aluminio
Cueza a baño María durante 30 minutos
Deje que enfríe y refrigere por 30 minutos más
Desmolde y decore con mangos al gusto



Ingredientes

6 porciones

1 taza de cajeta Coronado a su elección
30 mL de cajeta, para decorar
1 lata de leche condensada
1/2 lata de leche evaporada
4 huevos
3 cdas. de miel

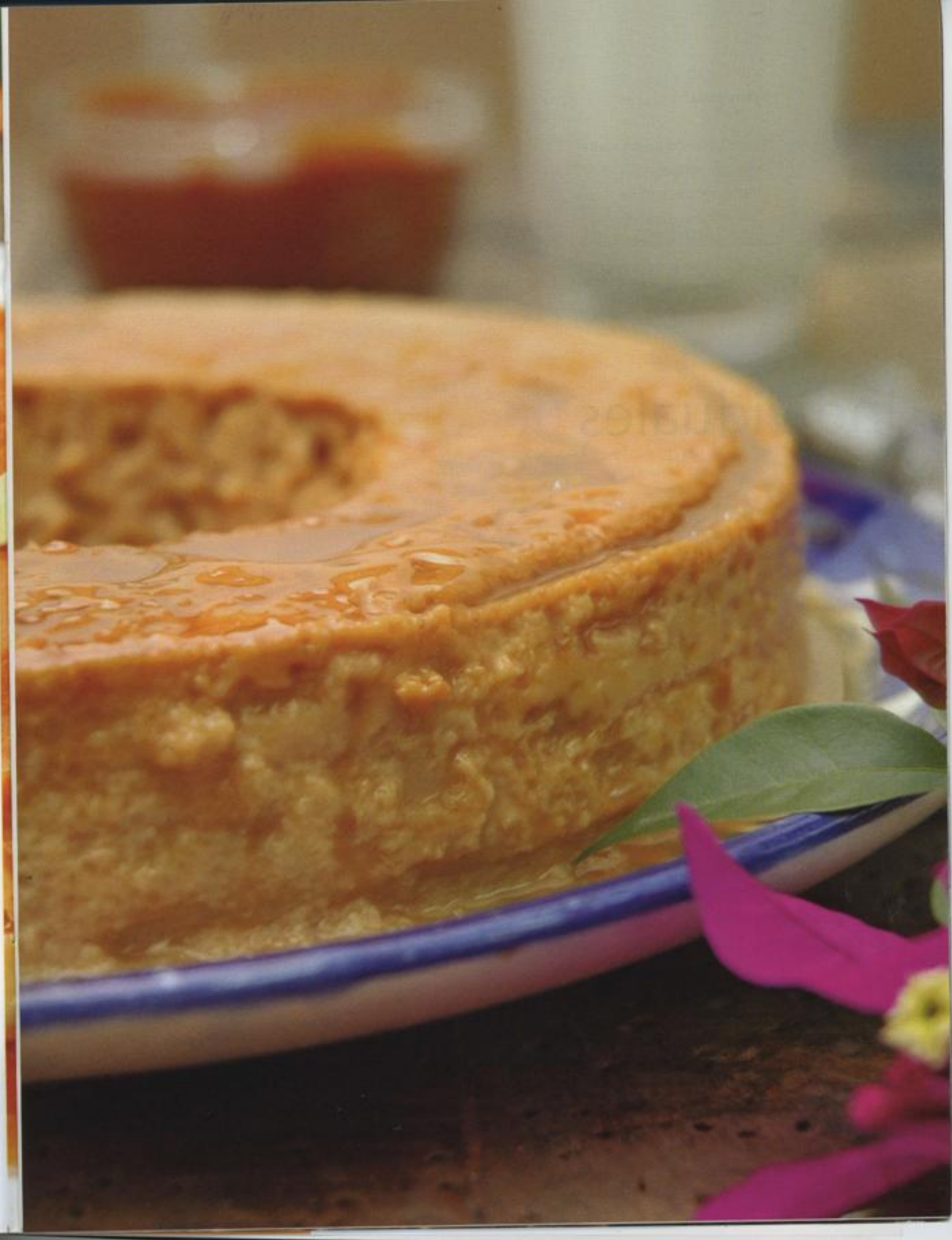
1 molde de aluminio con forma de rosca
• Horno precalentado a 180 °C

Flan de cajeta

CORONADO® Desde 1932

Elaboración

Mezcle los 30 mL de cajeta con la miel y bañe el molde; reserve
Licue el resto de los ingredientes y vierta al molde
Tape con papel aluminio y cueza a baño María durante 30 minutos, en el horno
Desmolde y decore



Ingredientes

6 porciones

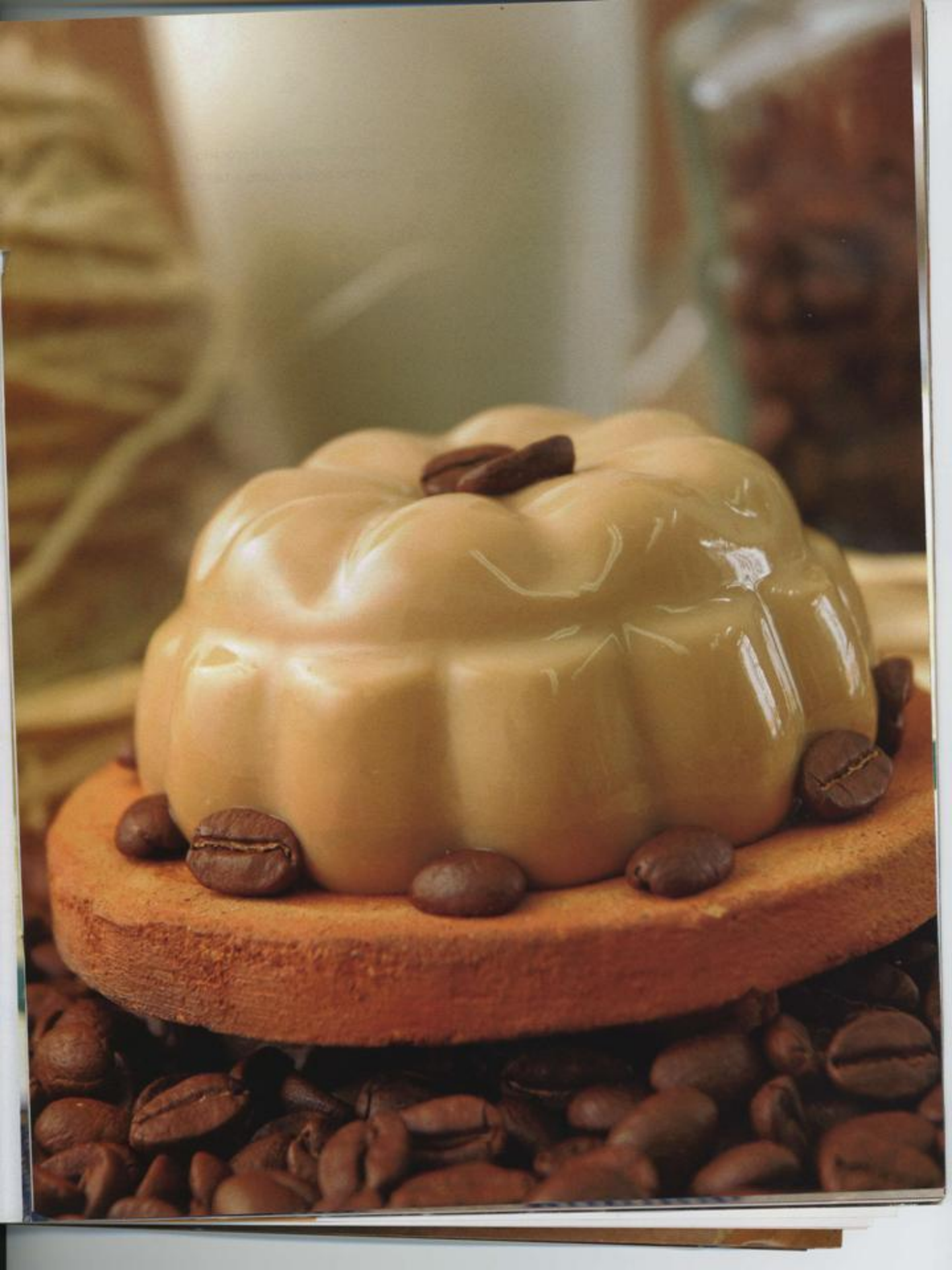
2 tazas de leche descremada
2 cdas. de azúcar
1 taza de yogur natural
1 cda. de grenetina
2 cdas. de café soluble
• Aceite vegetal, para engrasar
1/2 taza de agua
6 moldes individuales de aluminio

Individuales de café

Elaboración

En un recipiente a fuego medio, caliente la leche junto con el azúcar y el café
Hidrate la grenetina en el agua y dilúyala a baño María
Vierta a la mezcla anterior; mueva un poco y deje enfriar
Agregue el yogur y mezcle suavemente; vierta a los moldes,previamente engrasados
Deje cuajar; enseguida desmolde y decore

Disfrute estos exquisitos postres con sus amistades



Ingredientes

10 porciones

1 taza de azúcar
1 lata de leche condensada
1 lata de leche evaporada
5 huevos
10 moldes de aluminio, individuales

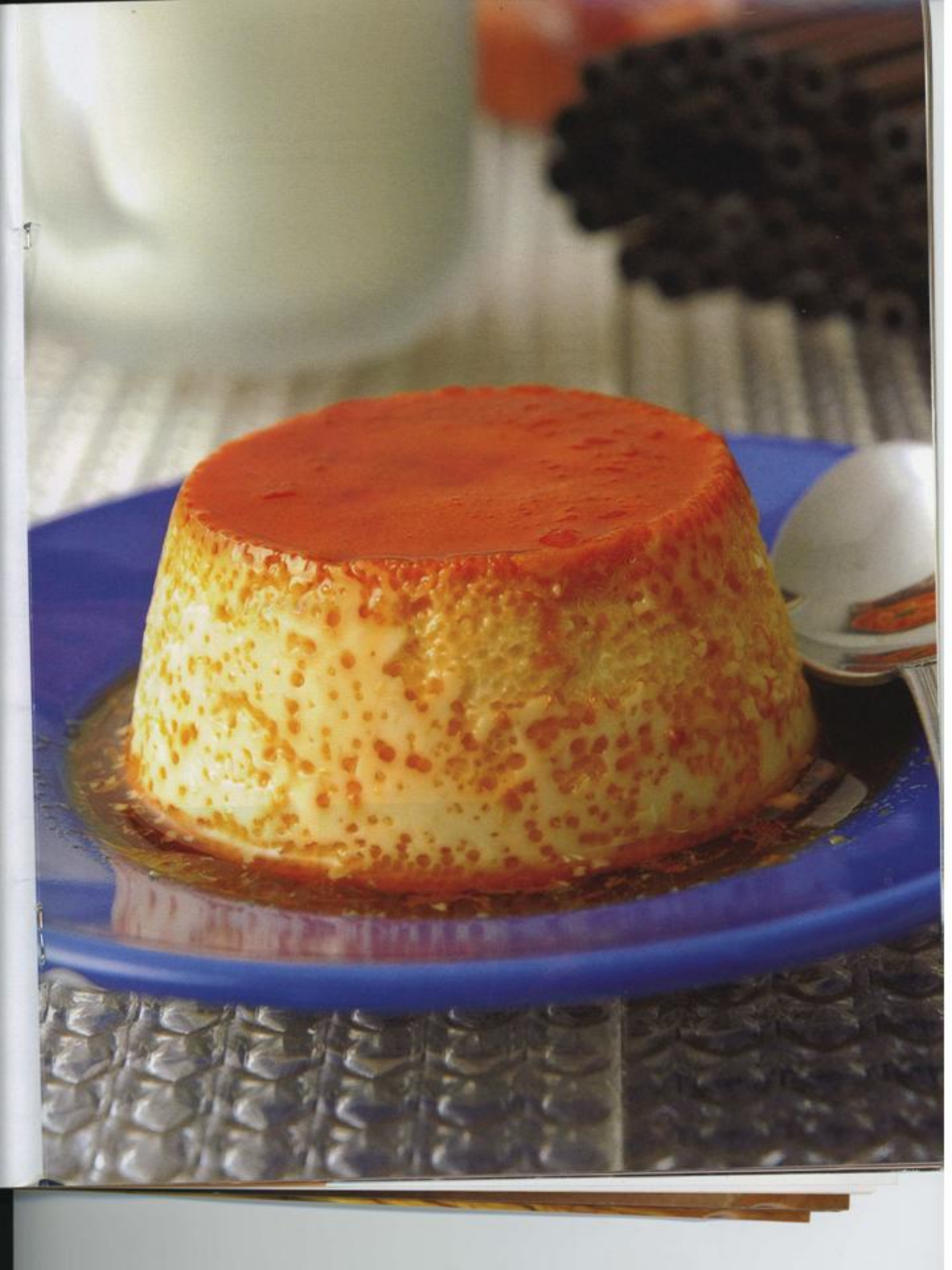
- Papel aluminio, el necesario
- Horno precalentado a 180 °C

Flan simple

Elaboración

Prepare el caramelo con al azúcar, vacíelo a los moldes y deje enfriar
Licue el resto de los ingredientes; vierta a los moldes y tape con papel aluminio
Hornee a baño María durante 45 minutos; retire y deje enfriar
Refrigere por 2 horas más, como mínimo

Disfrute estos exquisitos postres con sus amistades



Ingredientes

6 a 8 porciones

1 taza de azúcar
4 huevos
1 taza de agua
375 mL de leche evaporada
2 cditas. de esencia de capuchino
8 moldes individuales de aluminio

- Papel aluminio, el necesario
- Horno precalentado a 180 °C

Flan capuchino

Elaboración

En un recipiente a fuego medio, prepare el caramelo con media taza de azúcar
Viértalo a los moldes y deje enfriar; reserve
Mientras tanto, licue los huevos, el azúcar restante, el agua, la leche y la esencia
Vierta a los moldes; tape con un trozo de papel aluminio
Hornee a baño María durante 40 minutos
Refrigere por 30 minutos más y desmolde

Ingredientes

6 porciones

4 tazas de leche
450 g de azúcar
3 peras suaves, sin cáscara, cortadas en cuadros y cocidas
10 huevos
1 taza de azúcar

1 molde de aluminio en forma de trébol
• Horno precalentado a 180 °C

Peras maduras

Elaboración

Forme el caramelo con la taza de azúcar
Bañe el interior del molde; deje enfriar
A fuego medio, hierva la leche con el azúcar restante y espere a que se entibie
Bata los huevos a velocidad media y agregue la leche tibia y las peras
Mezcle y vierta al molde
Hornee a baño María durante 60 minutos; retire y deje enfriar
Desmolde y decore con trozos de pera

Disfrute de este delicioso y nutritivo flan

Ingredientes

6 a 8 porciones

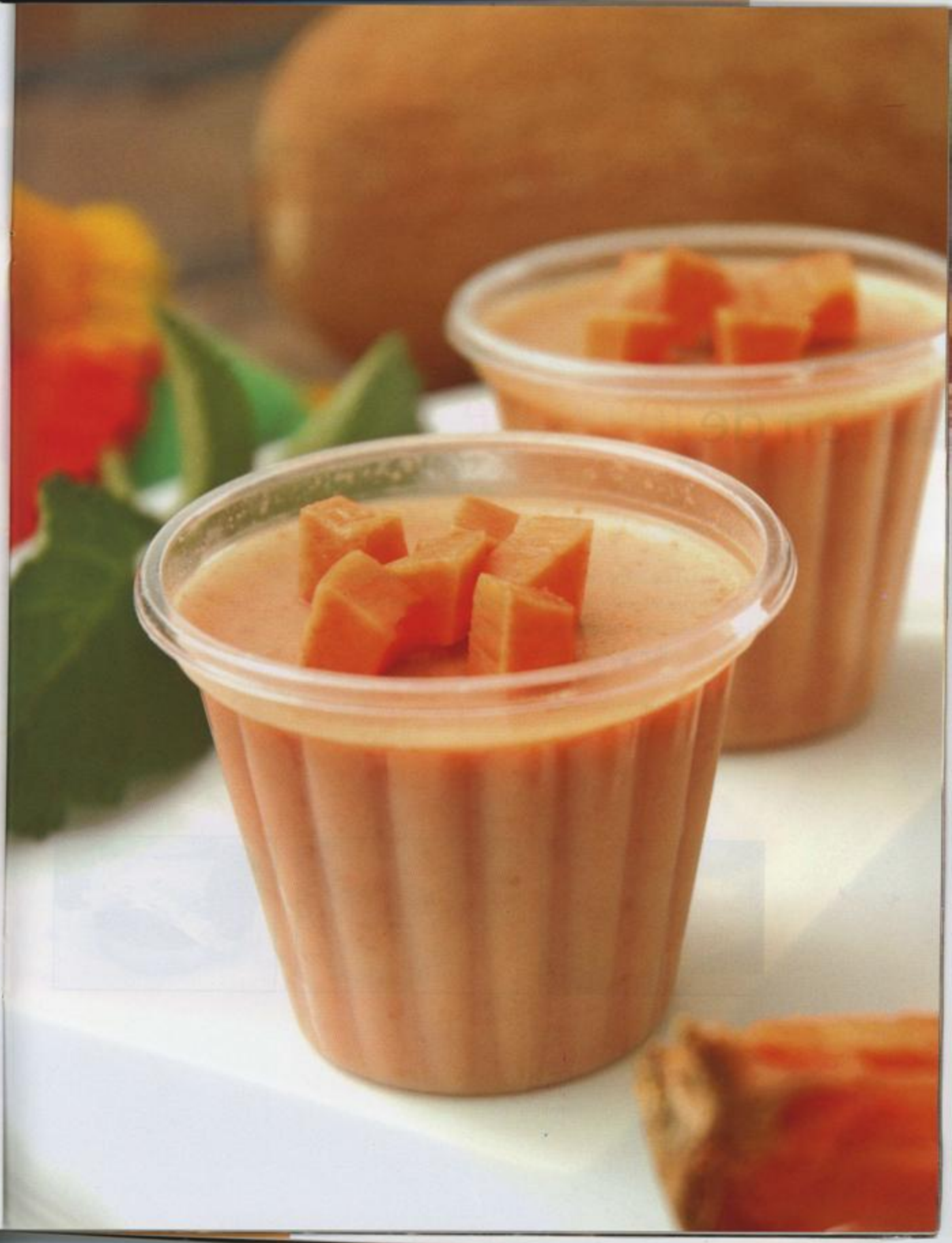
4 cdas. de azúcar
2 tazas de leche
1 cda. de esencia de vainilla
1 taza de pulpa de mamey
2 claras de huevo
2 1/2 cdas. de grenetina, hidratada en 1/2 taza de agua
3 yemas de huevo
8 moldes individuales de plástico

Flan de mamey

Elaboración

En un recipiente a fuego bajo, caliente la leche junto con el azúcar y la esencia
Al mismo tiempo, bata las yemas hasta que blanqueen
Junte las mezclas al fuego y añádales la grenetina
Mueva hasta que todo se incorpore por completo; retire del fuego y reserve
Licue el mamey junto con las claras y viértalo a la mezcla anterior
Mezcle para que se integre y vierta a los moldes
Refrigere por 90 minutos

Nadie se podrá resistir a estos deliciosos postres… ¡compruébelo!



Ingredientes

15 porciones

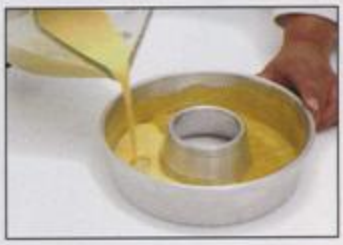
1 lata de leche condensada
1 lata de leche evaporada
200 mL de leche fresca
7 huevos
3 claras de huevo
250 g de rompope
25 g de fécula de maíz
1 taza de azúcar
1 molde en forma de rosca, de aluminio, de 1.5
• Horno precalentado a 160 °C

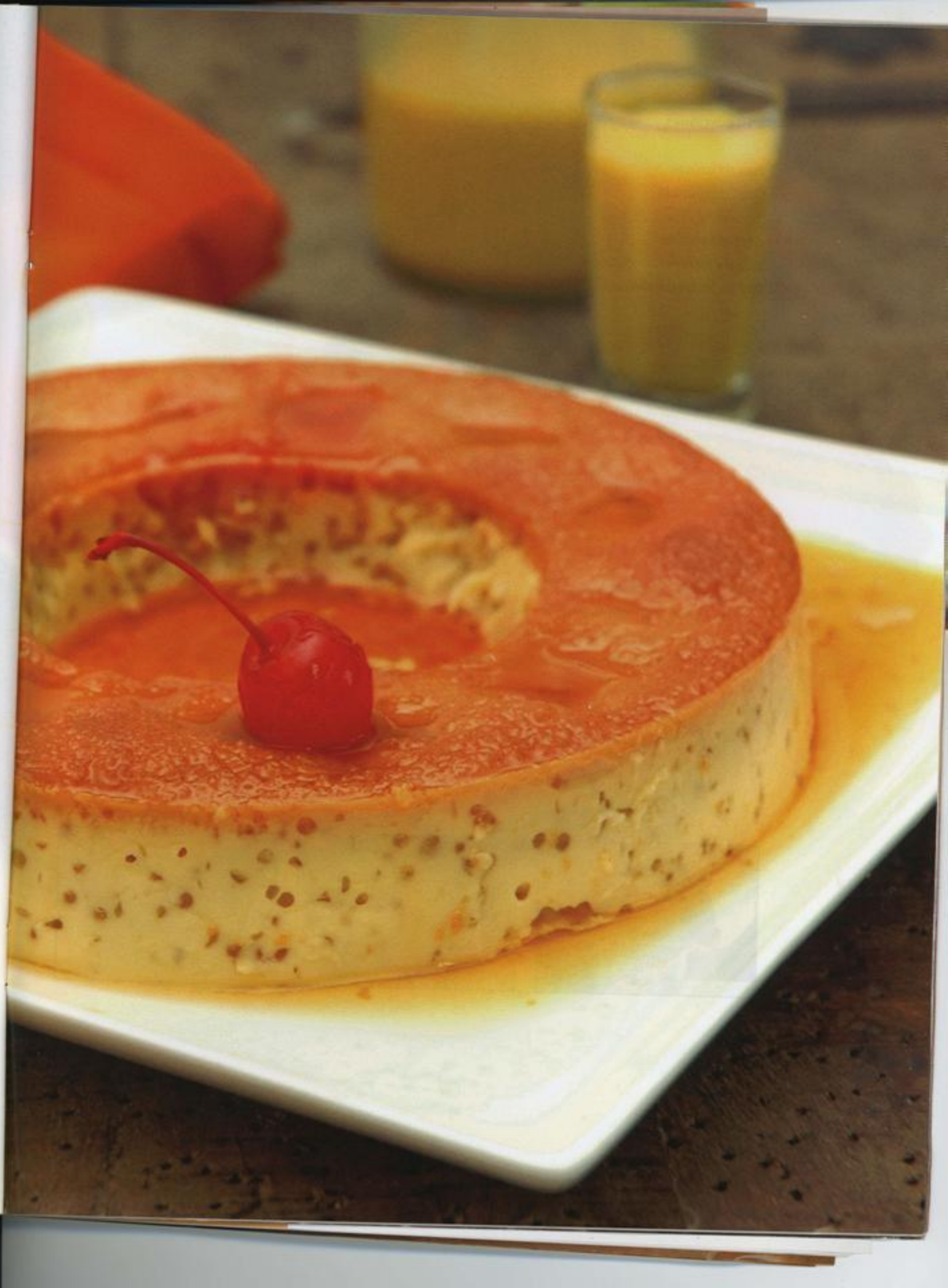
Flan de rompope

Elaboración

Prepare el caramelo con el azúcar y bañe las paredes del molde; deje enfriar
Licue todos los ingredientes y vierta la mezcla al mismo
Hornee durante 40 minutos, a baño María
Refrigere, desmolde y bañe con rompope

Deguste este exquisito postre





Ingredientes

8 a 10 porciones

1 taza de azúcar
2 cdas. de granola
4 huevos
2 cdas. de vainilla
1 taza de leche evaporada
1 lata de leche condensada
2 limones (sólo el jugo y la ralladura)
1 molde circular de aluminio, de 1 L
• Papel aluminio, el necesario

Flan pilar

Elaboración

Prepare el caramelo con el azúcar y viértalo al molde, deje enfriar
Licue todos los ingredientes y vacíelos en el molde
Tápelo y hornee a baño María durante 45 minutos
Refrigere por 30 minutos más y desmolde
Adorne con semillas tostadas, al gusto

Deguste con la familia este rico y nutritivo postre

Ingredientes

8 a 10 porciones

1 lata de leche condensada
5 huevos
200 g de pulpa de guayaba (cocidas con 250 g de azúcar y 350 mL de agua)
1 cda. de vainilla
30 mL de ron
1/2 taza de azúcar
1 molde circular de aluminio
- Papel aluminio, el necesario
- Horno precalentado a 180 °C

Flan de guayaba

Elaboración

Prepare el caramelo con el azúcar, vierta al molde y refrigere
Licue el resto de los ingredientes
Vierta la mezcla en el caramelo y cubra con papel aluminio
Hornee por 50 minutos, enfríe y refrigere

Ingredientes

8 a 10 porciones

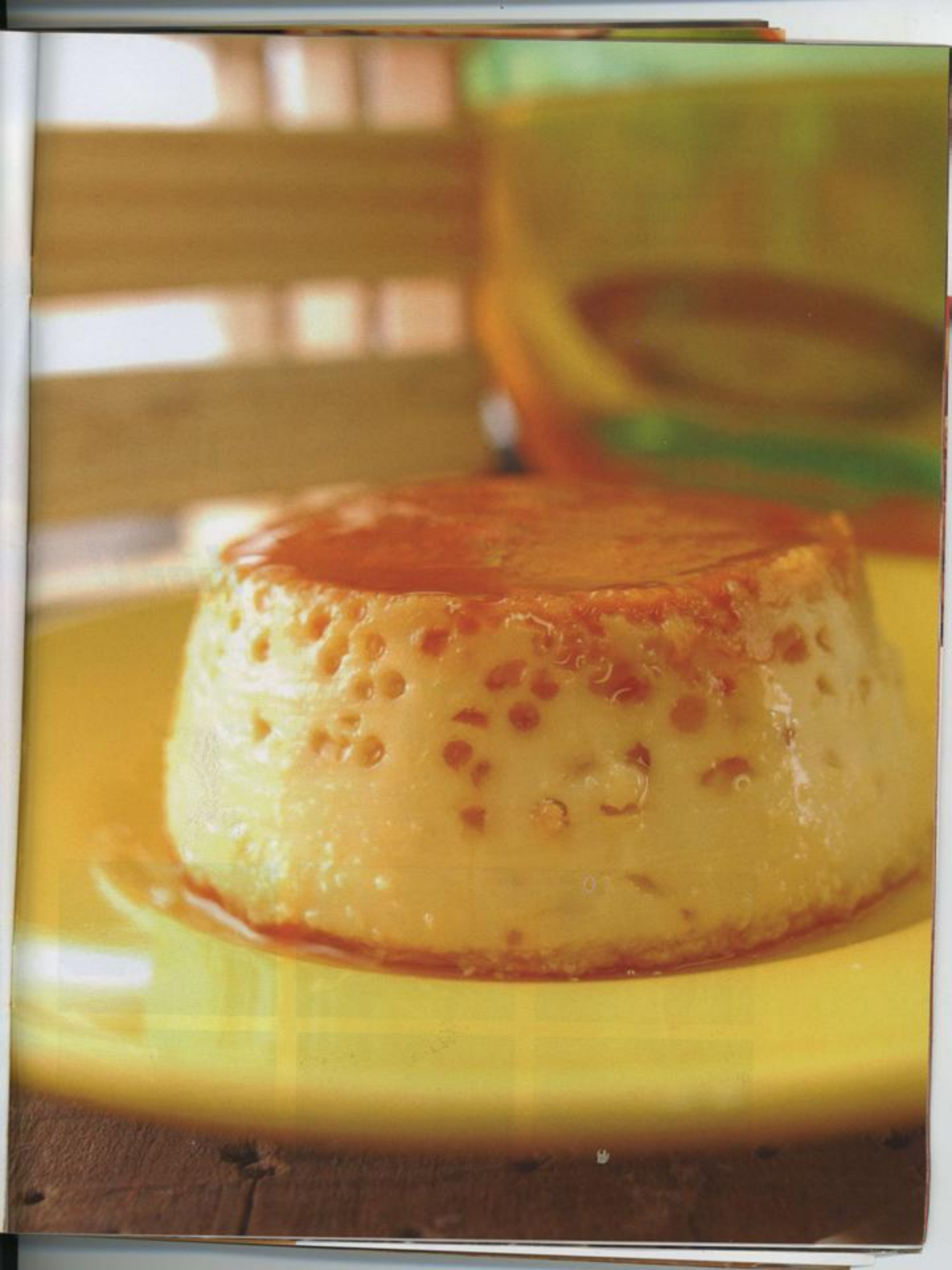
3/4 de taza de azúcar
4 huevos
90 g de queso crema
1 taza de leche condensada
1 taza de crema
- Flaneras de vidrio, las necesarias

Flan napolitano

Elaboración

Prepare el caramelo con el azúcar y viértalo a las flaneras, ladéelas y deje enfriar
Licue los huevos hasta que esponjen y, sin apagar, agregue poco a poco el queso y la leche
Integre la crema, mezcle ligeramente y vacíe a los moldes
Cúbralos con papel aluminio y métalos a la olla de presión a baño María
Cueza durante 20 minutos, sin colocar la válvula, después de que escape el vapor, deje enf
Saque las flaneras y desmolde

Sugerencia: *Si cuece el flan por más tiempo del indicado, corre el riesgo de batirse*



Ingredientes

8 porciones

1 L de crema ácida o dulce
1 sobre de flan instantáneo
1 cdita. de café instantáneo
8 moldes de plástico de gelatina comercial (desechables)

Iber-flan de café

Elaboración

Vierta todos los ingredientes en el iber-Gourmet
Coloque la función de alas, a 90 °C, por 10 minutos
Deje trabajar al iber-Gourmet
Vierta el flan a los moldes y refrigere por 2 horas

Sugerencia: *Si lo desea, desmolde los flanes y báñelos con caramelo líquido comercial*

Ingredientes

6 porciones

2 tazas de leche
2 rajas de canela
1 1/2 tazas de azúcar
8 yemas de huevo
2 cdas. de esencia de vainilla

6 moldes de aluminio desechables
• Horno precalentado a 250 °C

Jericallas dulces

Elaboración

En un recipiente a fuego bajo, caliente la leche, la canela y la esencia
Sin dejar de mover, deje que hiervan por 10 minutos; agregue el azúcar
Mezcle a que se disuelva, retire del fuego y cuele; deje enfriar y reserve
Bata las yemas e incorpórelas a la mezcla anterior
Vierta a los moldes y colóquelos en una charola con un poco de agua
Hornee durante 40 minutos; posteriormente, refrigere por 2 horas

Disfrute estos tradicionales postres

Sugerencia: Si desea que las jericallas queden más doradas, cueza por 10 o 15 minutos extra introdúzcalas en un horno eléctrico, también por 10 minutos

Ingredientes

7 porciones

1 sobre de flan instantáneo sabor vainilla
2 cdas. de grenetina
2 tazas de nata
1 taza de leche evaporada
1 taza de leche fresca
1 sobre de gelatina de leche sabor chocolate
1 taza de crema para batir
1/4 de taza de agua
1/2 taza de azúcar
7 copas de plástico o heladeras

Copas bicolor

Elaboración

Prepare la gelatina de chocolate según sus instrucciones y reserve, manténgala tibia
Elabore el caramelo con el azúcar y viértalo a las copas, deje enfriar
Hidrate la mitad de la grenetina en la leche fresca, mueva a que se disuelva
Caliente la leche evaporada; una vez que hierva, agregue el sobre de flan y mueva
Añada la grenetina hidratada, mezcle hasta que se disuelva por completo
Vierta un poco de la preparación a las copas y refrigere hasta que cuaje; reserve
Para el mousse, hidrate la grenetina restante en el agua y fúndala en el microondas; reserve
Bata la crema hasta que esponje y añádale la grenetina poco a poco
Mueva con el batidor de globo y, cuando el mousse esté listo, añada un poco a cada copa
Vacíe de manera alternada un poco de la gelatina reservada y un poco de mousse
Repita el procedimiento hasta llenar las copas; refrigere

Ingredientes

11 porciones

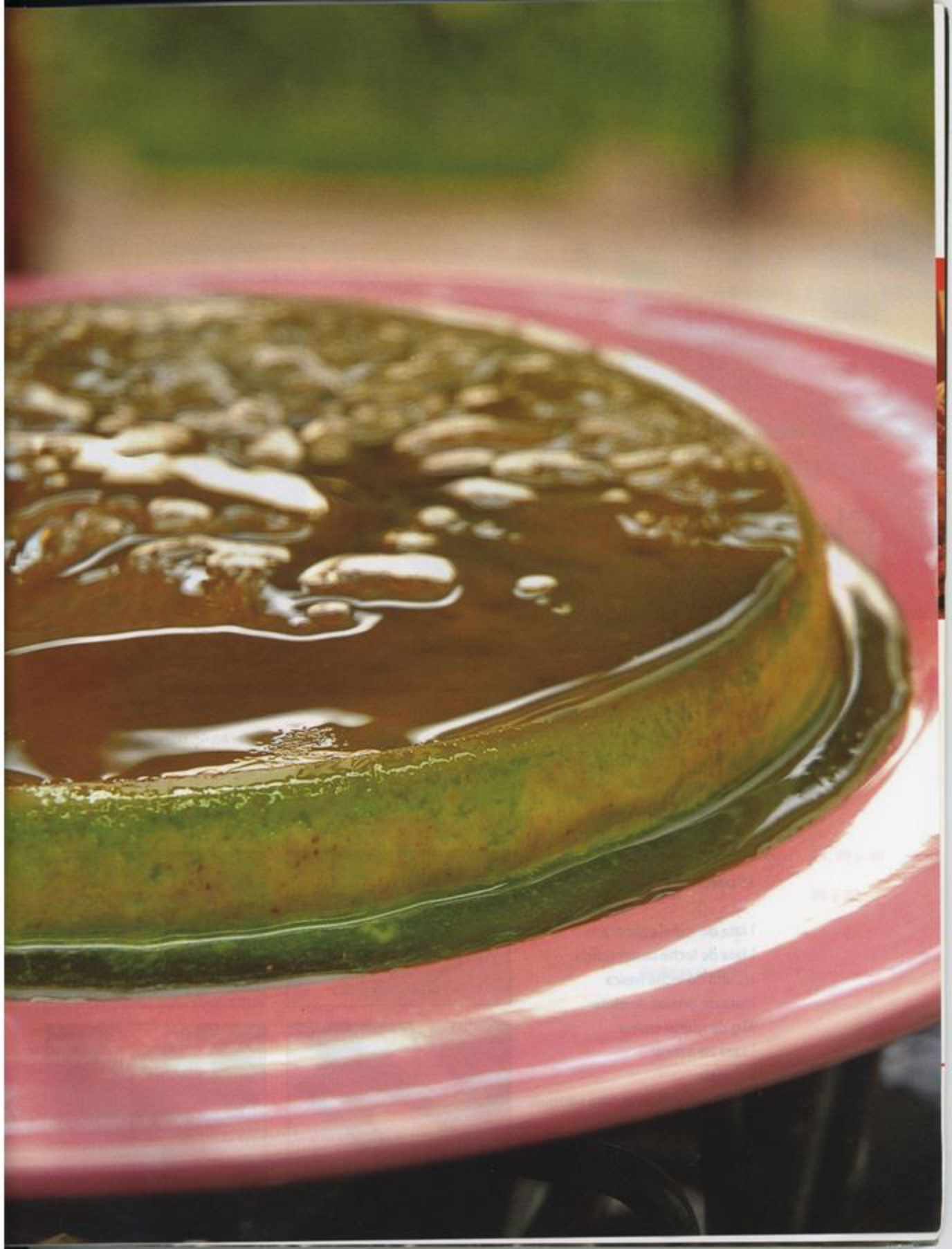
1 lata de leche condensada
2 tazas de crema
1/2 taza de leche entera
3 cdas. de fécula de maíz
5 huevos
1/2 taza de azúcar, para el caramelo
200 g de pistaches, pelados y lavados
1 molde de aluminio, de 1.5 L

Flan de pistache

Elaboración

Elabore el caramelo con el azúcar y viértalo al molde; deje enfriar
Disuelva la fécula de maíz en la leche entera y licuela con los ingredientes restantes
Vierta la mezcla y cueza a baño María durante 45 minutos
Deje enfriar y refrigere por 30 minutos más
Desmolde y decore con pistaches

Sugerencia: *Puede sustituir los pistaches por nuez, almendra o piñón, para variar el sabor de la receta*



Flan de elote

Elaboración

A fuego medio, prepare el caramelo con el azúcar y vierta al molde; deje enfriar
Licue los ingredientes restantes y vacíelos al molde
Cubra el molde con papel aluminio y ponga a cocer a baño María durante 45 minutos
Refrigere, desmolde y decore con granos de elote

Ingredientes

15 porciones

1 lata de leche evaporada
1 lata de leche condensada
1/2 lata de leche fresca
1 lata de granos de elote
90 g de queso crema
1 taza de azúcar
5 huevos
1 molde rectangular para panqué, de aluminio, de 1.5 L
• Papel aluminio, el necesario